GENTE in cucina

INSALATE DI PASTA
Ideali con ortaggi di stagione e olive

SANDWICH
Invitante e golosa merenda all'aperto

BAVARESI
Provale alla frutta

WÜRSTEL

APPETITOSI INSIEME A UOVA E PEPERONI

TARTARE
QUANDO CARNE E PESCE SE LA GIOCANO A DADI

DAL 1959 DIAMO FORMA AL PANE.

Scopri il nostro amore per la qualità
e tutti i prodotti su
www.bottoli.com

GENTE in cucina

sommario

14

27

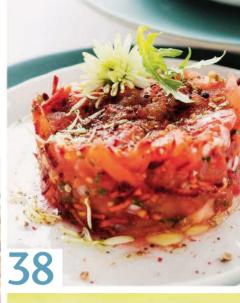
38

48

59

SANDWICH

INSALATA DI PASTA

TARTARE

WÜRSTEL

BAVARESI

BONTÀ FRESCHE E FACILI PER L'ESTATE
Per pranzi al sacco o in spiaggia, tanti sandwich farciti. In tavola arrivano fresche insalate di pasta, tartare e idee con i würstel. Si chiude con la dolcezza al cucchiaio delle bavaresi.

SANDWICH
la bontà spunta tra due fette di pane

Con anatra affumicata

Preparazione 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
2 baguette ai cereali * 100 g di petto d'anatra affumicato * 150 g di formaggio fresco spalmabile * 30 g di insalatina * 4 falde di peperoni in agrodolce * Olio extravergine d'oliva * Pepe

Tagliate le baguette a metà in orizzontale. Spalmatele con il formaggio dalla parte della mollica, condite con un filo d'olio e pepate. Disponete sulle basi dei panini le fettine di petto d'anatra affumicato e le falde di peperoni in agrodolce, ridotte a filetti. Completate con l'insalatina, lavata e asciugata, e ancora un filo d'olio. Chiudete e servite.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
8 fette di pane per tramezzini senza crosta * 4 uova * 150 g di prosciutto cotto * 1 manciata di spinacini novelli * Olio extravergine d'oliva * Sale

Immergete le uova in acqua bollente e cuocetele per 8 minuti (così il tuorlo resta morbido). Scolatele, raffreddatele sotto il getto del rubinetto, sgusciatele e tagliatele a spicchi. Tostate le fette di pane nel tostapane o sotto al grill. Farcitele con il prosciutto, le uova e gli spinacini, lavati e asciugati. Salate leggermente, condite con un filo d'olio e chiudete i sandwich. Tagliateli a metà in diagonale e servite.

Al cotto e uova sode

Preparazione
10 minuti
Tempo di cottura
15 minuti

Al tacchino e fichi

Preparazione
10 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
8 fette di pancarrè * 200 g di fesa di tacchino a fettine sottili * 4 fichi * 8 ravanelli * 1 mazzetto di dragoncello * 60 g di ricotta * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Rosolate 10 minuti le fettine di carne in una padella con olio, sale e pepe. Fate intiepidire. Intanto, mondate i ravanelli e affettateli. Lavate i fichi e tagliateli a rondelle sottili. Spalmate un lato delle fette di pane con la ricotta, condita con olio e sale. Coprite 4 fette con la carne, i ravanelli, i fichi, il dragoncello e un filo d'olio. Chiudete i sandwich con le fette di pane rimaste, lasciando il formaggio all'interno. Tagliate i sandwich a metà e servite.

Con arrosto, finocchi e fave

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 panini morbidi * 300 g di arrosto di maiale a fette, con il suo sugo * 80 g di fave surgelate * 2 piccoli cuori di finocchi * 1 pomodoro * 1 mazzetto di erba cipollina * Burro * Sale e pepe

Mondate e tagliate a metà i finocchi. Fateli appassire in una padella con una noce di burro e il sugo dell'arrosto. Regolate di sale e pepate. Intanto, scottate le fave in acqua bollente, scolatele e sbucciatele. Sgocciolate i finocchi e ripassate nel sugo le fettine di arrosto, per scaldarle. Lavate il pomodoro e tagliatelo a dadini. Dividete i panini a metà. Farciteli con l'arrosto, i pomodori, le fave, l'erba cipollina tagliuzzata e i finocchi. Irrorate con il sugo, chiudete e servite.

SANDWICH

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
12 fette di pancarrè * 400 g di baccalà dissalato * 1 scalogno * 200 g di pomodorini ciliegia * 2 cucchiai di olive nere snocciolate * Latte * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

In una casseruola, fate appassire lo scalogno, spellato e tritato, con un filo d'olio. Aggiungete il baccalà privato di pelle e lische, coprite a filo di latte, portate a bollore a fuoco dolce e spegnete. Mettete il coperchio e fate riposare 10 minuti. Sgocciolate il baccalà e sminuzzatelo con una forchetta in una terrina, stemperando con poco latte di cottura e un filo d'olio, fino a ottenere un composto omogeneo. Regolate se occorre di sale e pepate. Spalmate su metà delle fette di pane il baccalà. Unite le olive sminuzzate e i pomodori, lavati e tagliati a dadini. Chiudete con le fette rimaste. Dorate i sandwich in una padella, con un filo d'olio, girandoli una volta. Scolateli su carta da cucina, divideteli a metà e servite.

Rosolato al baccalà

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

Thai con salsa piccante

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 panini per hamburger * 4 burger di pollo * 1 lime * 1 cipolla rossa * 1 peperoncino fresco * 1 ciuffo di basilico * 2 cucchiai di salsa di soia * 1 cucchiaio di zucchero * 100 g di passata di pomodoro * Olio di semi di girasole * Sale

Sbucciate e affettate la cipolla. Fatela marinare un'ora in una terrina con metà zucchero e il succo del lime. Mondate e tritate il peperoncino. Mettetelo in una padella con la passata, la soia, lo zucchero rimasto e fate sobbollire 5 minuti.

Intanto, cuocete i burger su una piastra con olio e sale. Tagliate i panini a metà e tostateli in forno o nel tostapane. Spalmateli dalla parte della mollica con la salsa. Farciteli con la cipolla, i burger, il basilico a striscioline e servite.

Con verdure grigliate

Preparazione
10 minuti
Tempo di cottura
25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 panini * 2 zucchine * 2 piccoli pomodori ramati * 1 cipolla * 100 g di feta * Olio extravergine d'oliva * Sale

Tagliate a metà i pomodori lavati e a rondelle la cipolla sbucciata. Mondate e affettate per lungo le zucchine. Spennellate le verdure d'olio e grigliatele 2-3 minuti per lato (1-2 minuti i pomodori) su una bistecchiera, salandole man mano. Tagliate i panini a metà e grigliateli dalla parte della mollica. Farciteli con le verdure, la feta spezzettata e servite.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 panini ai semi * 300 g di sovracosce di pollo disossate * 2 pomodori ramati * 1 cipolla rossa * 1 manciata di spinacini novelli * 4 cucchiai di maionese * 2 cm di zenzero fresco * 1 spicchio d'aglio * ½ cucchiaino di curcuma * 1 cucchiaino di curry * 1 cucchiaino di paprica * 100 g di yogurt * 2 cucchiaini di succo di limone * Olio di semi di arachidi * Sale e pepe

Pelate e grattugiate lo zenzero. Mescolatelo in una terrina con lo yogurt, il succo di limone, l'aglio sbucciato e tritato, la curcuma, la paprica, il curry, un filo d'olio, sale e pepe. Tagliate il pollo a bocconcini, uniteli nella ciotola, rigirateli nella salsa, coprite con pellicola e fate marinare 30 minuti in frigo. Trasferite il pollo in una pirofila e infornate 30 minuti a 200°. Intanto, sciacquate gli spinacini, tagliuzzateli e mescolateli con la maionese. Lavate i pomodori, sbucciate la cipolla e affettateli. Tagliate a metà i panini e scaldateli qualche istante nel forno. Spalmate le basi con la maionese e unite pollo, cipolla e pomodori. Salate, chiudete e servite.

Al pollo speziato

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
35 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 panini da mini hamburger * 240 g di polpa di agnello macinata * 4 fettine di pancetta * 4 fettine di provola * 1 pomodoro * 1 cipollotto * 1 spicchio d'aglio * 1 cucchiaio di capperi sottaceto * 1 ciuffo di prezzemolo * Cumino in polvere * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Mescolate la carne in una terrina con l'aglio spellato e tritato, sale, pepe, una presa di cumino e formate 4 mini burger. Mondate e affettate il cipollotto. Fate rosolare la pancetta in una padella, con un filo d'olio. Toglietela e fate appassire nella padella il cipollotto. Tenetelo da parte e cuocete nella padella i burger per 5 minuti, girandoli una volta. Lavate il pomodoro e riducetelo a dadini. Tritate i capperi. Tagliate i panini a metà e tostateli qualche minuto in forno a 200°. Farciteli con le fettine di provola, i burger, la pancetta, i pomodori, i capperi e ripassate in forno qualche minuto. Guarnite con il prezzemolo e servite.

Mignon di agnello

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
20 minuti

Triplo ai formaggi

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
5 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
12 fette di pancarrè * 200 g di feta * 4 fette di Roquefort * 4 fette di provola * 4 fette di Cheddar * 2 pomodori * 40 g di insalatina * Paprica * Olio extravergine d'oliva * Sale

Sbriciolate finemente la feta e lavoratela in una ciotola con olio e paprica, per ottenere una crema. Lavate l'insalata e i pomodori. Tostate leggermente le fette di pane. Componete i sandwich a 3 strati alternando insalata e pomodori, conditi con olio e sale, crema di feta, provola, Cheddar e Roquefort. Premete leggermente, per compattare gli ingredienti, e servite i sandwich.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 panini da hamburger * 400 g di petto di pollo a fettine * 1 avocado * 1 limone * 1 mazzetto di rucola * 1 pomodoro * 1 cipolla * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lavate il limone, grattugiate la scorza e spremete il succo. Dividete l'avocado a metà, privatelo del nocciolo, ricavate la polpa e schiacciatela in un piatto con olio, sale, pepe e il succo del limone. Unite il pomodoro, lavato e tagliato a dadini. Sbucciate e affettate la cipolla. Lavate e asciugate la rucola. Cuocete le fettine di pollo in una padella con un filo d'olio, sale e pepe. Unite la scorza del limone e spegnete. Intanto, dividete i panini a metà e tostateli qualche minuto in forno a 200°. Farciteli con la rucola, il pollo, la cipolla, la salsa di avocado, un filo d'olio e servite.

Con carne e avocado

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

Vegetariani con scamorza

Preparazione
40 minuti
Tempo di cottura
45 minuti

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
8 mini burger vegetariani * 8 fette di scamorza * 60 g di broccoli a cimette * 2 pomodori * 40 g di insalatina * 400 g di farina 0, più quella per la lavorazione * 10 g di lievito di birra * 10 g di zucchero * 30 g di mandorle a lamelle * 20 g di cioccolato fondente * 2 cucchiai di salsa rosa * 75 g di burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lavorate nella planetaria la farina con il lievito, sciolto in 250 ml di acqua tiepida, zucchero, burro e, verso la fine, una presa di sale. Formate una palla e fate lievitare un'ora. Dividete la pasta in 8 parti, formate 8 rotolini, avvolgeteli a chiocciola e disponeteli su una placca, su carta da forno. Fate lievitare un'altra ora. Spennellate i panini d'olio, cospargete con mandorle e cioccolato a scaglie e infornate 20-25 minuti a 180°. Sfornate i panini e fate intiepidire. Pulite e lessate i broccoli. Lavate insalata e pomodori. Rosolate i burger in una padella con un filo d'olio. Tagliate i panini a metà e farciteli con la salsa rosa, la scamorza a fettine, i burger i broccoli, l'insalata, i pomodori a rondelle, sale, pepe e un filo d'olio. Chiudete e ripassate qualche minuto in forno prima di servire.

Croque con l'uovo

Preparazione 10 minuti
Tempo di cottura 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
8 fette di pancarrè * 4 uova * 100 g di gruyère * 4 fette di prosciutto cotto * Burro * Sale

Imburrate le fette di pancarré da entrambi i lati e farcitele con il prosciutto e il gruyère, tagliato a fettine sottili. Fate dorare i sandwich in una padella ampia, con poco altro burro, girandoli sui due lati. Nel frattempo, sgusciate le uova in una altra padella, con una noce di burro, e cuocetele finché l'albume è rassodato, ma il tuorlo ancora morbido. Salatele e pepatele. Disponete i sandwich nei piatti, coprite con le uova e servite.

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
8 fette di pancarrè in integrale * 6 fette di pancetta * 160 g di formaggio di capra semistagionato * 1 mazzetto di rucola * Semi di sesamo * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Disponete le fette di pane su una placca, irroratele d'olio e tostate 5 minuti in forno a 180°. Rosolate la pancetta in una padella antiaderente. Farcite le fette di pane, due a due, con la pancetta e il formaggio a rondelle.

Rimettetele sulla placca, cospargete con i semi di sesamo e ripassate in forno qualche minuto, finché il formaggio inizia a fondere. Sfornate e completate con la rucola lavata e asciugata. Tagliate i panini a metà in diagonale e servite.

Tostati alla pancetta

Preparazione
10 minuti
Tempo di cottura
15 minuti

PASTA FREDDA
in insalata è il jolly dell'estate

Spaghetti con zucchine

Preparazione 15 minuti
Tempo di cottura 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di spaghetti * 4 zucchine * 100 g di pomodorini ciliegia * 5 pomodori secchi * 150 g di scamorza * 1 ciuffo di basilico * 30 g di olive nere snocciolate * 1 cucchiaio di pinoli * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lessate gli spaghetti in acqua salata, scolateli e conditeli in una terrina con un filo d'olio. Lavate le zucchine e riducetele a filetti sottili per il lungo con una mandolina o l'attrezzo per ricavare "spaghetti" di verdure. Mescolatele in una ciotola con i pomodori secchi e le olive a pezzetti, i pomodorini lavati e divisi a metà, la scamorza a dadini, i pinoli e le foglie di basilico. Condite con olio, sale e pepe. Unite gli spaghetti freddi, mescolate e servite.

Pipe al cuore di palma

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di pipe rigate * 200 g di cuore di palma in scatola * 200 g di mais al naturale * 2 cipollotti sottili * 1 mazzetto di germogli freschi * 2 cucchiai di formaggio fresco spalmabile * 1 cucchiaio di senape * Aceto bianco * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe bianco

Mondate e affettate sottilmente i cipollotti, compresa la parte verde più tenera. Tagliate il cuore di palma a rondelle. In una ciotola, amalgamate il formaggio fresco con la senape, una spruzzata di aceto e un filo d'olio, per ottenere una salsa cremosa. Regolate di sale e pepate. Intanto, lessate la pasta in abbondante acqua salata. Scolatela al dente e conditela nella ciotola con la salsa. Unite le rondelle di cuore di palma, il mais, i cipollotti e mescolate delicatamente. Lasciate raffreddare, rigirando di tanto in tanto. Al momento di servire, completate con un altro filo d'olio e guarnite la pasta con i germogli freschi, sciacquati e asciugati.

INSALATE DI PASTA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g di eliche * 250 g di petto di pollo * 1 avocado * ½ cipolla rossa * 8 pomodori secchi sott'olio * 1 ciuffo di prezzemolo * 1 spicchio d'aglio * ½ limone * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Cuocete la pasta in abbondante acqua salata. Scolatela al dente, conditela in una terrina con un filo d'olio e lasciate raffreddare. Nel frattempo, ungete il petto di pollo con poco olio, grigliatelo su una bistecchiera, salatelo, fatelo intiepidire e tagliatelo a listarelle. Tagliate l'avocado a metà, privatelo del nocciolo, ricavate la polpa e schiacciatela in un piatto con una forchetta, irrorandola con il succo del limone e un filo d'olio. Spellate e tritate cipolla e aglio e uniteli alla crema di avocado. Salate, pepate e mescolate. Unite la salsa alla pasta e amalgamate. Aggiungete i pomodori secchi tagliati a striscioline e le listarelle di pollo. Mescolate e completate con ciuffetti di prezzemolo.

Eliche pollo e avocado

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
20 minuti

Risoni con mazzancolle

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g di risoni * 250 g di code di mazzancolle * 1 limone * 2 cucchiai di salsa di soia * 1 mazzetto di menta * ½ cucchiaino di zucchero di canna * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lessate i risoni in acqua salata. Scolateli, conditeli in una terrina con un filo d'olio e fate raffreddare. Sgusciate le mazzancolle, lasciando attaccate le codine. Privatele del filo nero, lavatele e saltatele 3 minuti in una padella con olio, sale e pepe. Lavate il limone e ricavate la scorza a filetti. Spremete il succo ed emulsionatelo in una ciotolina con la salsa di soia, 2 cucchiai d'olio e lo zucchero. Regolate se occorre di sale, pepate, versate sui risoni e mescolate. Aggiungete le mazzancolle, la menta in foglie e filetti sottili, le scorzette e servite.

Farfalle all'arancia

Preparazione 15 minuti
Tempo di cottura 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di farfalle * 1 arancia * ½ limone * 50 g di uvetta * 1 ciuffo di menta * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Mettete l'uvetta a bagno 10 minuti in acqua tiepida. Nel frattempo, lessate le farfalle in abbondante acqua salata, scolatele, conditele in una terrina con un filo d'olio, il succo del limone e fate raffreddare. Lavate l'arancia, ricavate metà della scorza a filetti e tagliate il resto a spicchietti. Uniteli alla pasta insieme all'uvetta, scolata e strizzata. Aggiungete qualche foglia di menta e un giro d'olio, regolate se occorre di sale, pepate e servite.

Strozzapreti alle olive

Preparazione
10 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di strozzapreti * 3 pomodori * 50 g di olive nere snocciolate * 1 ciuffo di basilico * 1 ciuffo di prezzemolo * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lavate i pomodori e tagliateli a pezzetti Mescolateli in una ciotola con le olive, spezzettate grossolanamente, e un trito di prezzemolo e basilico. Condite con un filo d'olio, regolate di sale, pepate e fate marinare almeno 20 minuti. Nel frattempo, lessate gli strozzapreti in abbondante acqua salata. Scolateli al dente, conditeli in una terrina con un filo d'olio e fateli raffreddare. Unite alla pasta il condimento di pomodori e servite.

INSALATE DI PASTA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di ruote colorate * 3 falde di peperoni rosso, verde e giallo * 4 acciughe sotto sale * 30 g di olive nere al forno * 20 g di grana padano * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Dissalate le acciughe, privatele di lische e codine e dividetele a filetti. Lavate e mondate i peperoni, tagliateli a listarelle sottili e fatele saltare 5 minuti in una padella con un filo d'olio. Unite le acciughe, lasciate insaporire 2 minuti e spegnete. Trasferite in una insalatiera e fate raffreddare. Nel frattempo, lessate le ruote in acqua salata. Scolatele al dente e conditele in una ciotola con un filo d'olio. Lasciatele raffreddare, poi mescolatele e peperoni e acciughe. Aggiungete le olive e ancora un filo d'olio, regolate se occorre di sale, pepate e servite con il grana a scaglie.

Ruote ai peperoni

Preparazione 20 minuti
Tempo di cottura 20 minuti

Caserecce mediterranee

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di caserecce * 100 g di pomodori secchi * 1 mazzetto di crescione o rucola * 1 cucchiaio di pinoli * 20 g di mandorle spellate * 1 ciuffo di basilico * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lessate le caserecce in abbondante acqua salata, scolatele al dente, conditele in una terrina con un filo d'olio e lasciatele raffreddare. Tritate finemente le mandorle e i pinoli. Tagliate i pomodori secchi a listarelle e mescolateli in una ciotola con il crescione (o la rucola) e il basilico. Unite mandorle e pinoli, regolate di sale, pepate e aggiungete un filo d'olio. Unite a questo condimento la pasta ormai fredda, rigirate e servite, decorando a piacere con foglie fresche di crescione (o rucola) e basilico.

Penne ai fagiolini

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
20 minuti

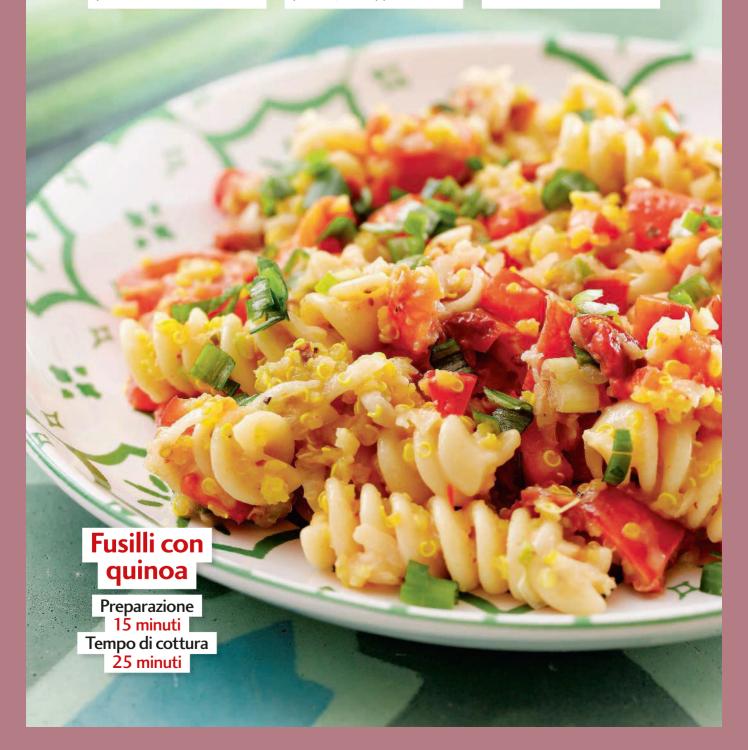
INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di penne rigate * 200 g di fagiolini * 1 peperoncino fresco * 1 ciuffo di basilico * 1 ciuffo di prezzemolo * 40 g di grana padano * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Mondate i fagiolini, lessateli 8-10 minuti in abbondante acqua salata e scolateli (conservate l'acqua). Tagliateli a pezzetti e ripassateli in padella con un filo d'olio e il peperoncino, pulito e grossolanamente tritato insieme a qualche foglia di basilico e prezzemolo. Lasciate raffreddare. Nel frattempo, lessate le penne nell'acqua dei fagiolini, riportata a bollore. Scolatele, conditele in una terrina con olio e sale e fate raffreddare. Unite alla pasta i fagiolini e poco altro olio. Regolate se occorre di sale, pepate e servite con il grana a scaglie ed erbe fresche.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g di fusilli * 50 g di quinoa * 3 pomodori * 1 cipollotto verde * 1 peperoncino fresco * Olio extravergine d'oliva * Sale

Sciacquate la quinoa in un colino. Mettetela in una casseruolina con 100 ml di acqua salata, coprite, portate a bollore a fuoco dolce e cuocete 10-12 minuti, finché l'acqua è assorbita. Sgranate la quinoa e conditela con un filo d'olio. Fate raffreddare. Nel frattempo, lessate e scolate al dente anche i fusilli. Conditeli in una terrina con un filo d'olio e fateli raffreddare. In una padella, fate appassire in un filo d'olio il cipollotto, mondato e tagliato a rondelle, con il peperoncino pulito e sminuzzato. Unite i pomodori, lavati e tagliati a pezzetti, salate e spegnete. Mescolate in un'insalatiera i fusilli, la quinoa, il condimento di pomodori e un filo d'olio. Regolate se occorre di sale e servite.

Fusilli con quinoa

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di ditalini * 150 g di provola * 100 g di pomodorini datterini * 2 cucchiai di olive verdi snocciolate * 1 cucchiaio di capperi sott'aceto * 2 faldine di peperoni in agrodolce * 1 ciuffo di maggiorana * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Cuocete i ditalini in abbondante acqua salata, scolateli al dente, conditeli in una terrina con un filo d'olio e fateli raffreddare. Tagliate a pezzetti le olive, i peperoni in agrodolce e i pomodorini lavati.

Mescolateli in una insalatiera con i capperi, le foglie di maggiorana e la provola a dadini. Condite con olio, una macinata di pepe e regolate di sale. Aggiungete la pasta ormai fredda, rigirate e servite.

Ditalini con provola

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

Fusilli ortolani

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di fusilli * 2 zucchine * 200 g di pomodorini rossi e gialli * 1 cipolla rossa * 1 mazzetto di rucola * Aceto balsamico * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lavate e tagliate a fettine le zucchine, cuocetele velocemente su una griglia ben calda e conditele in una insalatiera con olio, sale e pepe. Intanto, lessate i fusilli in acqua salata. Scolateli, uniteli alle zucchine, mescolate e fate raffreddare. Aggiungete i pomodorini lavati e divisi a metà, la cipolla sbucciata e tagliata a dadini e la rucola sciacquata. Regolate di sale e pepe, unite qualche goccia di aceto balsamico, ancora un filo d'olio e servite.

Fusilli feta e zucchine

Preparazione
10 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di fusilli * 250 g di zucchine novelle * 1 mazzetto di rucola * 100 g di feta * ½ limone * Peperoncino in fiocchi * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Cuocete la pasta in abbondante acqua salata, scolatela al dente, conditela in una terrina con un filo d'olio e lasciate raffreddare. Sciacquate e asciugate la rucola. Lavate le zucchine e tagliatele a rondelle sottili. Mescolatele in una insalatiera con la feta sbriciolata, qualche foglia di rucola, il succo del limone, un filo d'olio, poco sale e una macinata di pepe. Versate la pasta ormai fredda, rigirate, completatela con la rucola rimasta e servite.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di farfalle * 150 g di pomodorini ciliegia * 100 g di robiola * 1 ciuffo di basilico * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lessate le farfalle in abbondante acqua salata, scolatele, conditele in una terrina con un filo d'olio e lasciatele raffreddare. Lavate i pomodorini, tenetene da parte qualcuno per decorare e frullate gli altri. Passate il frullato al setaccio e mescolate il ricavato in una ciotola con la robiola, un filo d'olio, sale e pepe. Versate la salsa sulla pasta, ormai fredda. Mescolate e completate con il basilico e i pomodorini tenuti da parte, tagliati a metà.

Farfalle in salsa rosa

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

TARTARE *che tripudio con carne e crostacei*

Di vitello al limone

Preparazione 20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di tartare di vitello * 1 limone * 1 cucchiaio di pistacchi sgusciati * 1 ciuffo di prezzemolo * 1 ciuffo di timo * 1 ciuffo di origano fresco * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lavate il limone, ricavate la scorza a filetti, spremete metà del succo e tagliate a pezzetti la polpa rimasta. Condite la carne con olio, sale, pepe, scorza e parte della polpa. Coprite e fate marinare 15 minuti. Unite i pistacchi spezzettati, un trito fine di origano e timo e ciuffetti di prezzemolo. Dividete la tartare nei piatti con un coppapasta, pepate e completate con un filo d'olio e con i pezzetti di polpa di limone rimasti.

Con capesante e mango

Preparazione
15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
2 manghi * 4 noci di capesante * 1 presa di zafferano in pistilli * 1 ciuffo di aneto * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Pelate i manghi, privateli dei noccioli e tagliateli a dadini. Conditeli con olio, sale e pepe e divideteli nei piatti, con l'aiuto di un coppapasta. Lavate le capesante (per il consumo crudo, si devono congelare almeno 96 ore in freezer, poi scongelare in frigo). Affettatele finemente e sistemate le fettine sulle tartare. Condite con olio, sale e pepe, guarnite con zafferano e aneto e servite con un contorno a piacere.

Allo zafferano con pescatrice

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
5 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di filetti di pescatrice senza pelle * 4 gamberi * 1 bustina di zafferano * 4 pomodorini gialli * 1 limone * 1 ciuffo di prezzemolo * Semi di sesamo * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Tagliate a fettine metà della pescatrice (per il consumo a crudo, il pesce deve essere tenuto in freezer 96 ore e scongelato in frigo). Riducete il resto a dadini e conditeli con olio, sale, pepe e il succo di mezzo limone. Sgusciate i gamberi lasciando attaccate le codine, privateli del filo nero e lavateli. Saltateli 2-3 minuti in una padella con un filo d'olio. Salateli e levateli. Saltate in padella i pomodorini lavati. Sfumate col succo del limone rimasto e sciogliätevi lo zafferano. Spegnete e unite un trito di prezzemolo. Dividete nei piatti le fettine di pesce e condite con olio e sale. Unite la tartare, i gamberi, i pomodorini, il sughetto e guarnite con il sesamo.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g di gamberi * 150 g di yogurt greco * 1 limone * 1 ciuffo di aneto * Paprica * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Sgusciate i gamberi, privateli del filo nero, sciacquateli e scottateli 3 minuti in acqua bollente salata. Scolateli e fateli raffreddare. Condite lo yogurt con il succo del limone, olio, sale e pepe. Tagliate i gamberi a dadini e mescolateli con qualche cucchiaio di salsa di yogurt, amalgamando bene. Unite qualche ciuffetto di aneto tagliuzzato, spolverizzate con poca paprica e mescolate. Dividete la tartare nei piatti, aiutandovi con un coppapasta, e completate con un filo d'olio, ancora poca paprica, una macinata di pepe e ciuffetti di aneto. Accompagnate con la salsa di yogurt rimasta a parte.

Di gamberi scottati

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
3 minuti

Con sgombro, limone e timo

Preparazione
20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
300 g di filetti di sgombro * 4 olive Kalamata * 1 limone* 1 scorza di limone candita * 1 ciuffo di timo * Peperoncino in fiocchi * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Private i filetti di sgombro di pelle e lische (per il consumo a crudo, devono essere tenuti 96 ore in freezer, poi scongelati in frigo). Tagliateli a dadini e conditeli con olio, sale, pepe, peperoncino, timo e il succo del limone. Fate marinare 30 minuti. Tritate in modo grossolano la scorza candita e conditela con olio e sale. Componete le tartare nei piatti, con un coppapasta, mettendo alla base un po' di scorza. Completate con la scorza rimasta, le olive, timo fresco e un filo d'olio.

Esotica alla frutta

Preparazione
20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di tonno * 1 mango * 2 fette di ananas * 4 kumquat (mandarini cinesi) * 1 lime * 1 cipollotto rosso * 1 mazzetto di bietoline * 1 mazzetto di erba cipollina * Olio extravergine d'oliva * Sale

Riducete il tonno a dadini (per il consumo a crudo, il pesce deve essere tenuto in freezer 96 ore e scongelato in frigo). Tagliate a dadini anche l'ananas e il mango, sbucciato e privato del nocciolo. Mescolate frutta e pesce. Unite il cipollotto, mondato e tritato, qualche stelo di erba cipollina tagliuzzato e i kumquat, lavati e affettati a rondelle (tenetene da parte qualcuna per decorare). Condite col succo del lime, un filo d'olio e un pizzico di sale. Dividete la tartare nei piatti. Guarnite con le fettine di kumquat tenute da parte e le bietoline, lavate e asciugate.

Vegetariana ai pomodori

Preparazione
20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 pomodori cuore di bue * 2 carote novelle * ½ barbabietola cotta * 1 cipollotto rosso * 1 spicchio d'aglio * ciuffo di basilico * 1 limone * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Raschiate le carote e riducetele a filetti con una mandolina. Riducete a filetti anche la barbabietola. Scottate i pomodori un minuto in acqua bollente, scolateli, pelateli, eliminate semi e acqua e tagliateli a dadini. Pulite e affettate il cipollotto. Mescolate tutti gli ortaggi preparati in una ciotola. Sbattete in una ciotolina 4 cucchiai d'olio con il succo del limone, l'aglio spellato e tritato, il basilico sminuzzato, sale e pepe. Versate questa emulsione sulla tartare e mescolate. Coprite e fate riposare 10-15 minuti. Dividete la tartare nei piatti aiutandovi con un coppapasta. Completate con una macinata di pepe, un filo d'olio e decorate, a piacere, con corolle e petali di fiori eduli.

Con salmone e avocado

Preparazione
20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g di filetto di salmone senza pelle * 1 avocado * 1 pomodoro * 1 cipollotto * 1 lime * 1 mazzetto di erba cipollina * 2 cucchiai di salsa di soia * Olio extravergine d'oliva

Tagliate a dadini il salmone (per il consumo a crudo, si deve tenere in freezer 96 ore e scongelare in frigo). Mescolatelo in una ciotola con il cipollotto, mondato e tritato. Tagliate l'avocado a metà, privatelo del nocciolo, sbucciatelo, tritate la polpa, spruzzatela con il succo di mezzo lime e unitela al salmone. Scottate pochi istanti il pomodoro in acqua bollente, pelatelo, privatelo di semi e acqua, tagliatelo a dadini e uniteli al resto, insieme a qualche stelo di erba cipollina tagliuzzato. Condite con il succo del lime rimasto, la salsa di soia e mescolate. Dividete la tartare nei piatti con un coppapasta. Completate con altra erba cipollina tagliuzzata e servite, a piacere con un'insalata.

TARTARE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g tonno rosso * 40 g di grana padano * ½ limone * 1 mazzetto di erba cipollina * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Sbriciolate il grana padano in modo grossolano. Tagliate a dadini il tonno (per il consumo a crudo, si deve tenere in freezer 96 ore e scongelare in frigo). Condite i dadini in una ciotola con olio, sale, pepe e qualche goccia di succo di limone. Dividete la tartare nei piatti, aiutandovi con un coppapasta. Completate con l'erba cipollina tagliuzzata, le briciole di grana e servite la tartare accompagnata, a piacere, con un'insalata mista e ciuffi di prezzemolo.

Di tonno e grana

Preparazione
20 minuti

In stile ceviche

Preparazione
20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
12 noci di capesante * 1 avocado * 1 mango * 2 lime * 1 ciuffo di basilico * 1 ciuffo di dragoncello * Tabasco * Olio extravergine d'oliva * Sale

Lavate le capesante (per il consumo crudo, si devono congelare almeno 96 ore in freezer, poi scongelare in frigo) e tagliatele a dadini piuttosto grosso. Mondate e tagliate a dadini anche avocado e mango. Riunite in una terrina capesante e frutta. Condite con il succo dei lime, olio, sale, pepe, qualche goccia di Tabasco ed erbe sminuzzate. Mescolate e fate marinare 20 minuti prima di servire.

Di manzo e capperi

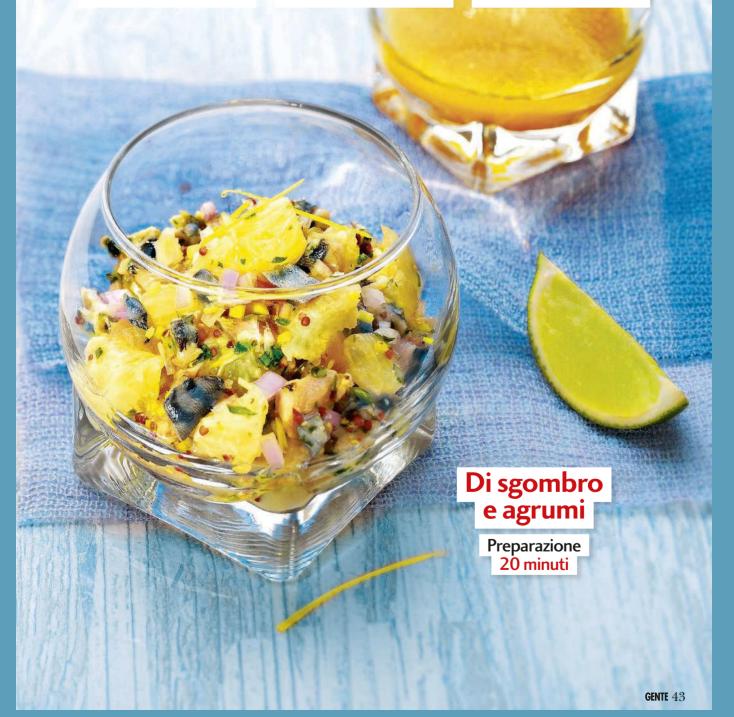
Preparazione
10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di controfiletto di manzo * 1 cipollotto * 1 cucchiaio di capperi sottaceto * 4 cetriolini sottaceto * 1 ciuffo di dragoncello * 1 peperoncino piccante fresco giallo * 1 limone * Olio extravergine d'oliva * Sale

Con un coltello affilato, tagliate la carne a dadini e mescolatela in una ciotola. con il peperoncino, pulito e affettato, e il cipollotto, mondato e tritato. Unite i capperi e i cetriolini, tagliati a rondelle sottili. Condite con un filo d'olio, poco sale e dragoncello tritato, mescolate e servite.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di filetti di sgombro * 1 pompelmo * 1 limone * 1 lime * 1 cipollotto rosso * 1 ciuffo di prezzemolo * 2 cucchiaini di senape all'antica * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Private di eventuali lische i filetti di sgombro (per il consumo a crudo, devono essere tenuti 96 ore in freezer, poi scongelati in frigo). Tagliate il pesce a dadi e conditeli in una terrina con la senape, il succo del lime, olio, sale e pepe. Pelate il pompelmo al vivo ricavando gli spicchi privi di pellicine. Tagliate gli spicchi a dadini e uniteli al pesce con il prezzemolo tritato e il cipollotto, mondato e sminuzzato. Lavate il limone e ricavate metà della scorza, con attaccata un po' di polpa; riducetela a dadini e uniteli alla tartare. Ricavate il resto della scorza a filetti sottili e aggiungetene 2/3 alla tartare insieme al prezzemolo tritato. Servite la tartare in 4 bicchieri, decorando con le scorzette di limone rimaste.

Di sgombro e agrumi

Preparazione
20 minuti

WÜRSTEL
e verdure: connubio perfetto e goloso

Insalata con polpettine

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
35 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 würstel sottili * 4 patate * 1 cespo di indivia belga * 40 g di insalatina * 8 cipolline sottaceto * 6 cetriolini sottaceto * 4 uova * 2 foglie di alloro * Brodo di pollo * 1 ciuffo di aneto * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Sbucciate le patate, tagliatele a tocchi e fatele lessare in una casseruola, coperte a filo di brodo caldo, con le foglie di alloro. Nel frattempo, rassodate le uova, raffreddatele sotto l'acqua corrente e sgusciatele. Cuocete i würstel 5 minuti in acqua bollente. Scolate le patate e schiacciatele in un piatto con una forchetta. Tritate finemente le cipolline e i cetriolini, aggiungeteli alle patate insieme a un filo d'olio, mescolate, regolate di sale e pepate. Formate con il composto tante polpettine, sistematele su un vassoio rivestito di carta da forno e tenete in frigo un'ora. Mondate e lavate indivia e misticanza e dividetele nei piatti con le uova a spicchi. Condite con olio e sale e completate con le polpettine di patate, i würstel tagliati a rondelle e ciuffi di aneto.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 würstel sottili * 4 uova * 3 piccoli peperoni rosso, giallo e verde * 100 g di passata di pomodoro * 1 ciuffo di prezzemolo * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lavate i peperoni, mondateli e tagliateli a listarelle sottili. Fateli rosolare in un'ampia padella con un filo d'olio. Quando iniziano ad appassire, unite la passata di pomodoro, sale, pepe e cuocete 10 minuti. Aggiungete i würstel tagliati a rondelle e lasciate insaporire altri 5 minuti. Dividete peperoni e würstel in 4 tegamini o cocotte unti d'olio. Sgusciate in ogni recipiente un uovo, salate, coprite con un coperchio o con alluminio e passate 10 minuti in forno a 200°, finché gli albumi sono rassodati ma i tuorli ancora morbidi. Completate con il prezzemolo tritato e servite.

Con uova e peperoni

Preparazione 20 minuti
Tempo di cottura 30 minuti

WÜRSTEL

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
8 würstel sottili * 8 zucchine * 2 uova * Pangrattato * Olio di semi di arachidi * Sale e pepe

Spuntate le zucchine e lessatele in acqua bollente salata per 5 minuti. Scolatele bene al dente e, con l'aiuto di un levatorsoli, privatele della parte centrale (potete usarla per un minestrone), senza forare la buccia. Inserite in ogni zucchina un würstel e pareggiate le estremità. Tuffate le zucchine nella uova sbattute, rotolatele nel pangrattato e friggetele poche per volta in olio ben caldo, a fuoco moderato, finché sono dorate. Scolate su carta da cucina, salate e pepate. Tagliate le zucchine a trancetti e servitele, a piacere con una insalatina.

Zucchine fritte ripiene

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
25 minuti

Carote all'aceto

Preparazione 10 minuti
Tempo di cottura 20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
8 würstel baby * 4 carote * 1 ciuffo di prezzemolo * 2 cucchiai di aceto bianco * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Raschiate le carote e affettatele a rondelle sottili. Fatele appassire 10 minuti in un tegame, coperto, con un filo d'olio, sale e pepe finché si inteneriscono. Sfumate con l'aceto e fate evaporare senza coperchio. Unite i würstel, coprite di nuovo e cuocete altri 5 minuti. Completate con il prezzemolo tritato e servite.

Insalata di pomodorini

Preparazione
10 minuti
Tempo di cottura
5 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 würstel * 100 g di feta * 300 g di pomodorini ciliegia rossi e gialli * 1 cipolla rossa * 1 ciuffo di basilico * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lavate i pomodorini e tagliateli a metà. Mescolateli in una insalatiera con la cipolla, sbucciata e affettata sottilmente, olio, sale, pepe e fate riposare 10-15 minuti. Intanto, lessate i würstel in acqua bollente, scolateli e tagliateli a rondelle. Aggiungete ai pomodorini la feta sbriciolata, il basilico a filetti, i würstel, ancora un filo d'olio, pepate e servite.

Spiedini con cavoletti

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
100 g di salsiccia a nastro * 8 mini würstel * 4 fette di pancetta * 8 cavoletti di Bruxelles * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Mondate i cavoletti, scottateli 5 minuti in acqua bollente salata, scolateli e conditeli con un filo d'olio. Avvolgete ogni mini würstel in mezza fettina di pancetta e tagliate la salsiccia a bocconcini. Preparate gli spiedini infilando sugli stecchi würstel, cavoletti e pezzetti di salsiccia. Sistemate gli spiedini in una teglia rivestita di carta da forno, pepateli e infornateli 20-25 minuti a 180°.

Rotoli di sfoglia

Preparazione 20 minuti
Tempo di cottura 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 rotolo di pasta sfoglia pronta rettangolare * 8 würstel * 1 uovo * Ketchup * Senape

Srotolate la pasta sfoglia e tagliatela a lunghe striscioline, larghe circa un cm. Spalmate i würstel, a piacere, con un velo leggero di ketchup o senape e rivestiteli con le striscioline di sfoglia, avvolte a spirale. Disponete i würstel su una placca, coperta di carta da forno, e spennellate la pasta con l'uovo sbattuto. Infornate a 190º per 25-30 minuti, finché la sfoglia è dorata e croccante. Guarnite a piacere con gocce di senape o ketchup e accompagnate con altre salse a parte.

Muffin con pancetta

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
3 würstel sottili * 2 fette di pancetta * 50 g di piselli surgelati * 30 g di parmigiano reggiano grattugiato * 50 g di mais al naturale * 180 g di farina * 2 uova * 60 ml di latte * 10 g di lievito in polvere * 80 ml di olio di semi di girasole * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Sbattete le uova in una terrina e aggiungete l'olio di semi e il latte. Incorporate la farina, setacciata con il lievito, e il parmigiano. Regolate di sale, pepate e mescolate. Versate i piselli in un colino e sciacquateli sotto l'acqua corrente calda. Scolateli bene e uniteli all'impasto insieme al mais. Ungete di olio d'oliva 6 stampini da muffin, dividetevi l'impasto e guarnite con la pancetta tritata e i würstel a pezzetti. Infornate a 180° per circa 20 minuti. Lasciate intiepidire qualche istante, sformate e servite.

Pagnottine al sesamo

Preparazione 45 minuti
Tempo di cottura 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
2 würstel * 1 carota * 1 zucchina * 300 g di farina 00, più quella per la lavorazione * 150 g di farina manitoba * 1 cucchiaino di miele * 25 g di lievito di birra * 2 cucchiai di semi di sesamo * Olio extravergine d'oliva * Sale

Mondate carota e zucchina e grattugiatele. Mescolate in una ciotola le farine con 20 ml d'olio, il lievito sciolto in 220 ml d'acqua tiepida, il miele e iniziate a impastare. Unite una presa di sale e incorporate le verdure. Lavorate fino a ottenere un impasto elastico. Mettetelo in una terrina infarinata, coprite con pellicola e fatelo lievitare circa un'ora, finché raddoppia. Tagliate i würstel ognuno in 4 pezzetti. Sgonfiate l'impasto, dividetelo in 4 parti e inserite in ogni pagnottina 2 pezzetti di würstel. Arrotondate le pagnottine, posatele su una placca rivestita di carta da forno e fate lievitare altri 30 minuti. Spennellate d'olio, spolverizzate con i semi di sesamo e infornate 30 minuti a 180º.

Plumcake salato

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
30 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
2 würstel * 1 carota * 150 g di fagiolini * 300 g di farina * 200 ml di latte * 3 uova * 50 g di burro * 50 g di parmigiano reggiano grattugiato * 1 bustina di lievito in polvere * Sale e pepe

Pulite i fagiolini, lessateli in acqua salata e tagliateli a pezzetti. Mondate la carota e tagliatela a dadini. Riducete a pezzetti i würstel. In una ciotola, setacciate la farina con il lievito. Unite il burro fuso, latte, uova, parmigiano e amalgamate. Aggiungete würstel, carota e fagiolini, regolate di sale e pepate. Trasferite il composto in uno stampo da plum cake, rivestito di carta da forno, e infornate 30 minuti a 200°.

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
3 würstel * 1 mozzarella * 80 g di pomodorini ciliegia * 2 fette spesse di pane casereccio * 1 mazzetto di basilico * Olio extravergine d'oliva * Sale

Tagliate la mozzarella a tocchetti e fateli asciugare stesi su carta da cucina. Riducete il pane a dadi e friggeteli in una padella con un filo d'olio, finché sono dorati. Salateli, cospargeteli con poco basilico tritato e scolateli su carta da cucina. Cuocete i würstel 5 minuti in acqua bollente, scolateli e tagliateli a tocchi. Lavate i pomodorini, divideteli a metà e salateli leggermente. Preparate gli spiedini alternando mozzarella, pomodorini, würstel, pane e foglie di basilico. Disponeteli su un piatto, conditeli con un filo d'olio, altro basilico tritato a piacere e servite.

Stecchi con mozzarella

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

Tortilla con patate

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
1 ora

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
200 g di würstel * 8 uova * 250 g di patate * 150 ml di latte * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Lessate le patate in acqua salata. Scolatele, pelatele e tagliatele a dadi. Sbattete le uova in una terrina con il latte, sale e pepe. Unite le patate, i würstel a pezzetti e amalgamate. Versate il composto in una teglia oliata, a bordi alti. Infornate 30-40 minuti a 180°. Sfornate, fate raffreddare e servite a fettine.

BAVARESI
raffinati dessert al cucchiaio

Alla piña colada

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
5 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 disco di pan di Spagna * 250 g di polpa di ananas * 200 ml di latte di cocco * 50 ml di rum * 100 g di zucchero * 100 g di gelatina in fogli * 150 g di ananas sciroppato * Cioccolato fondente

Mettete a bagno la gelatina in acqua fredda. Frullate la polpa di ananas. Scaldate in un pentolino qualche cucchiaio di latte di cocco, sciglietevi la gelatina strizzata, poi miscelateli al resto latte. Unite la purea di ananas, lo zucchero e mescolate. Riversate in una casseruola e scaldate finché lo zucchero è sciolto. Togliete dal fuoco e aromatizzate con il rum.

Dividete in 4 bicchieri o coppette il pan di Spagna, spezzettato, coprendo bene il fondo. Versatevi il composto, fate raffreddare e trasferite in frigo a rassodare per 4-6 ore. Guarnite con l'ananas sciroppato a pezzetti, una spolverizzata di cioccolato grattugiato e servite.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di ciliegie * 250 ml di panna fresca * 100 g di zucchero * 3 g di gelatina in fogli * 100 ml di kirsch

Lavate le ciliegie, lasciatene alcune intere per decorare e snocciolate le altre. Mettetele in una casseruola con lo zucchero e il liquore. Cuocetele a fuoco dolce per 15-20 minuti, mescolando ogni tanto. Nel frattempo, mettete la gelatina a bagno in acqua fredda. Togliete il composto dal fuoco, frullate con un frullatore a immersione, passate al setaccio e riversate nella casseruola. Riscaldate qualche istante, unite la gelatina strizzata, rigirate per scioglierla, trasferite in una ciotola e lasciate raffreddare. Incorporate la panna montate e versate in 4 stampini. Fate rassodare 4-6 ore in frigo. Sformate e servite con le ciliegie tenute da parte.

Di ricotta e kiwi

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g di more * 300 ml di panna fresca * 3 cucchiai di zucchero a velo, più quello per completare * 4 fogli di gelatina * 30 ml di vodka

Mettete la gelatina a bagno in acqua fredda. Lavate le more, tenetene da parte qualcuna per decorare e riunite le altre in una terrina con zucchero e vodka. Fate riposare un'ora, poi frullate e passate al setaccio. Scaldate in un pentolino qualche cucchiaio di purea e sciglietevi la gelatina strizzata. Riunite il composto al resto della purea. Incorporate la panna montata e trasferite la bavarese in uno stampo. Fate rassodare 4-6 ore in frigo. Sformate la bavarese, decorate con le more tenute da parte, zucchero a velo ed erba limoncina o menta a piacere.

Alla vodka e more

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
5 minuti

Di limone e banana

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
2 limoni * 2 banane * 1 l di panna fresca * 3 uova * 175 g di zucchero * 1 cucchiaio di amido di mais * 20 g di gelatina in fogli * Latte * 1 cucchiaio di rum * 1 stecca di cannella

Mettete la gelatina ammollo in acqua fredda. Lavate i limoni, grattugiate la scorza di uno e spremeteli tutti e due. Sbattete le uova in una terrina con lo zucchero. Incorporate l'amido e un bicchiere di latte tiepido. Aggiungete scorza e succo dei limoni, il rum e versate in una casseruola. Portate al limite del bollore, scioglietevi la gelatina strizzata, spegnete e fate raffreddare. Mescolate la crema con la panna montata e versate in uno stampo a ciambella. Passate in frigo a rassodare 4-6 ore. Sbucciate le banane, schiacciatele e cuocetele in un pentolino, coperte a filo di latte, con la cannella. Spegnete, eliminate la cannella, frullate e passate la purea al setaccio. Sformate la bavarese e guarnite con la purea di banane e, a piacere, fettine di limone e scaglie di cannella.

Con ananas caramellato

Preparazione 20 minuti
Tempo di cottura 10 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
175 ml di latte * 210 ml di panna fresca * 280 g di yogurt greco * 200 g di polpa di ananas * 200 g di zucchero * 10 g di gelatina in fogli * 400 g di ananas sciroppato

Mettete la gelatina a bagno in acqua fredda. Unite in una casseruola la polpa di ananas fresco a pezzetti, 100 g di zucchero e fate rosolare per 5 minuti. Fuori dal fuoco, frullate con un mixer a immersione, unite la gelatina strizzata e mescolate per scioglierla. Passate al setaccio e fate intiepidire. Mescolate la purea di ananas con yogurt e latte. Incorporate delicatamente la panna montata. Versate in uno stampo e fate rassodare in frigo per 4-6 ore. In un pentolino, fate sciogliere lo zucchero rimasto finché diventa ambrato. Unite le fette di ananas sciroppato, tagliate a spicchietti, e fate caramellare. Sformate la bavarese e guarnitela con gli spicchietti caramellati.

Di vaniglia e frutti di bosco

Preparazione 15 minuti
Tempo di cottura 20 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
1 l di panna * 1 l di latte * 20 g di gelatina in fogli* 1 baccello di vaniglia * 3 tuorli * 150 g di zucchero * 200 g di frutti di bosco

Versate il latte in una casseruola con la vaniglia, incisa a metà per il lungo. Portate a bollore, togliete dal fuoco e fate raffreddare. In una ciotola, lavorate i tuorli con lo zucchero. Versatevi a filo il latte, filtrato per trattenere la vaniglia. Mescolate bene, trasferite nuovamente il composto nella casseruola e fate addensare la crema a fuoco dolce, sempre mescolando, per circa 10 minuti. Intanto, mettete la gelatina ammollo in acqua fredda. Togliete la crema dal fuoco e incorporate la gelatina, strizzata, mescolando per scioglierla. Versate il composto in uno stampo e passate in frigo per 4-6 ore. Sformate la bavarese, guarnitela con i frutti di bosco, lavati e asciugati, e servite.

Cestini di pan di Spagna

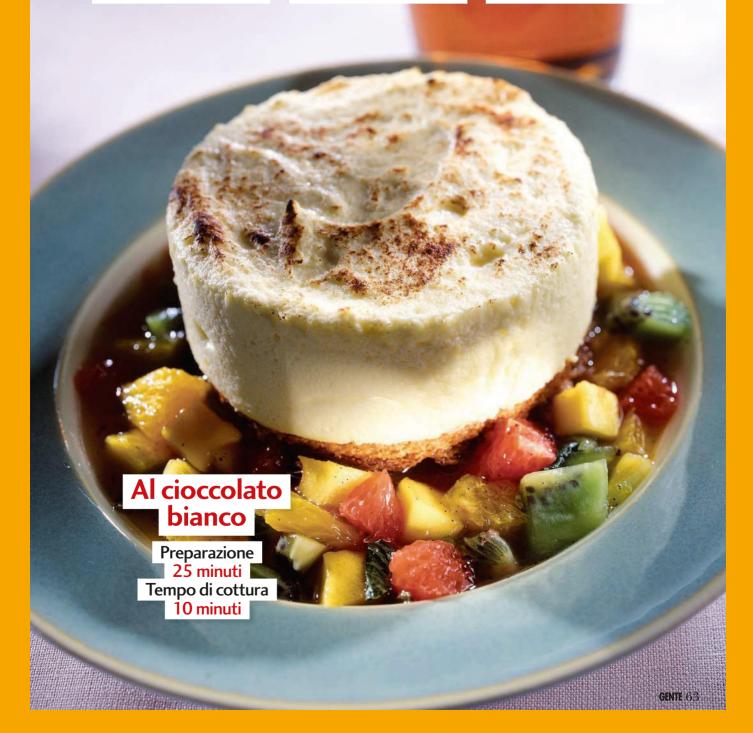
Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
5 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 disco di pan di Spagna pronto * 8 frutti della passione * 115 g di zucchero * ½ limone * 240 ml di panna fresca * 4 fogli di gelatina * Burro * Mandorle a lamelle

Disponete 4 anelli di metallo su una placca. Foderateli di pellicola, spennellate fondo e pareti di burro fuso, fate aderire uno strato di mandorle, rivestite con il pan di Spagna tagliato a misura e passate in frigo. Mettete ammollo la gelatina in acqua fredda. Tagliate i frutti della passione a metà, ricavate la polpa e scaldatela in un pentolino con lo zucchero, finché è sciolto. Spegnete e passate al setaccio. Scaldate in un pentolino 6 cucchiai d'acqua e scioglietevi la gelatina strizzata. Incorporatela alla purea, unite 100 ml panna, amalgamate e passate in frigo 30 minuti. Unite delicatamente la panna rimasta, montata. Versate la bavarese negli anelli e passate 4-6 ore in frigo. Sformate e guarnite a piacere con frutta fresca.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
100 g di cioccolato bianco * 200 ml di panna fresca * 150 g di latte * 3 tuorli * 6 g di gelatina in fogli * 50 g di zucchero semolato * 100 g di biscotti secchi * 60 g di burro * Cacao amaro

Mettete la gelatina a bagno in acqua fredda. Tritate il cioccolato. Mescolate il latte e la panna in un pentolino e fateli scaldare a fuoco dolce. In una ciotola, amalgamate i tuorli con lo zucchero, con una frusta a mano. Versate a filo il mix caldo di panna e latte, mescolando continuamente con la frusta. Riversate il composto nel pentolino, unite il cioccolato e rigirate per fonderlo. Aggiungete la gelatina strizzata e mescolate per scioglierla. Fate intiepidire. Intanto, frullate i biscotti con il burro fuso. Compattateli sul fondo di 4 anelli di metallo, posti su una placca e rivestiti di pellicola. Versate la crema e passate 4-6 ore in frigo. Sformate le bavaresi, spolverizzatele di cacao e servite, a piacere con frutta fresca.

Al cioccolato bianco

Preparazione 25 minuti
Tempo di cottura 10 minuti

Con gelée di mango

Preparazione
30 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
2 manghi * 500 ml di panna fresca * 100 g di cioccolato bianco * 14 g di gelatina in fogli * 1 cucchiaio zucchero a velo * 4 cialde da gelato

Mettete ammollo in acqua fredda 10 g di gelatina. Scaldate la panna a fuoco dolce. Unite il cioccolato a pezzetti, rigirate per fonderlo, aggiungete la gelatina strizzata e mescolate per scioglierla. Fate intiepidire, versate metà del composto in 4 stampini a pareti lisce e mettete in frigo 20 minuti. Mettete ammollo la gelatina rimasta. Pelate i manghi, ricavate la polpa e frullatela con lo zucchero a velo. Scaldatene qualche cucchiaiata in un pentolino, scioglietevi la gelatina strizzata, mescolate per scioglierla e incorporate questo composto al resto del frullato. Versate uno strato di mango negli stampi e ripassate in frigo 20 minuti. Versate sulla gelée la bavarese rimasta, fate nuovamente rassodare in frigo e completate con il resto del mango. Tenete in frigo almeno 4-6 ore prima di sformare e servire, guarnendo con le cialde.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
200 g di pasta di mandorle * 400 g di latte * 200 ml panna fresca * 3 tuorli * 50 g di zucchero * 8 g di gelatina in fogli * Mandorle caramellate * Cocco secco grattugiato

Scaldate il latte in una casseruola con la pasta di mandorle a pezzetti, mescolando, finché la pasta di mandorle è sciolta. Lavorate in una ciotola i tuorli con lo zucchero e stemperate con il composto di latte versato a filo. Riversate nella casseruola e fate addensare a fuoco dolce. Intanto, mettete la gelatina ammollo in acqua fredda. Strizzatela, unitela alla crema e mescolate per scioglierla. Togliete dal fuoco, trasferite la crema in una ciotola e fate raffreddare. Montate la panna e incorporatela delicatamente alla crema. Trasferite il composto in uno stampo e passate 4-6 ore in frigo. Sformate la bavarese e decorate con mandorle caramellate, cocco e, a piacere, glassa di cioccolato.

Bianca alle mandorle

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

Direttrice responsabile
ROSSELLA RASULO

UFFICIO CENTRALE
Luca Angelucci
(caporedattore)
Danilo Ascani (caposervizio)
Alessandra Gavazzi (caposervizio)
Francesco Vicario (caposervizio)

REDAZIONE
Sabrina Bonalumi
(caposervizio - coordinatrice spettacolo)
Maria Elena Barnabi (caposervizio)
Francesco Gironi (caposervizio)
Roberta Spadotto (caposervizio)
Sara Recordati, Patrizia Vassallo

UFFICIO GRAFICO
Marcella Mihalich (art director)
Silvia Bennati, Federica Berto,
Valentina Mariani, Silvia M. Reppa
Realizzazione grafica:
Emmegi Group srl

RICERCA ICONOGRAFICA
Nicoletta Caffi (responsabile)
Lucia Ciammaichella
Dario Vazzoler

SEGRETERIA
Tiziana Maccarini

HEARST MAGAZINES ITALIA SPA
DEBI CHIRICHELLA (Presidente),
GIACOMO MOLETTO
(Amministratore Delegato
e Direttore Generale), Jonathan Wright
(Consigliere), Thomas Allen Ghareeb
(Consigliere), Marcello Sorrentino
(Consigliere)

PUBLISHING
Massimo Russo
(Chief Content Officer),
Michela Alpi
(Strategy Consultant
Cinema & Entertainment Specialist),
Cristina Moroni (Senior Product
Manager)

HEARST MAGAZINES
INTERNATIONAL
Jonathan Wright (President,
Hearst Magazines),
Kim St. Clair Bodden
(SVP/Editorial & Brand Director),
Eleonore Marchand (Global Editorial
Director, Luxury Brands)

HEARST SOLUTIONS
ROBERT SHOENMAKER
(Chief Revenue Officer)

HEARST GLOBAL SOLUTIONS
Alberto Vecchione
(Global Sales Director - Foreign Clients)
Simone Silvestri
(Sales Director Business Unit Fashion)
Daniel Davide
(Client Partnerships Sales Director)
Alessandro Caracciolo
(Head Of Digital Sales)
Michele Di Bitonto
(Sales Director Hearst Live)
Alessandra Viganò
(Hearst Global Solutions Global Sales
Director - Foreign Clients)

Immagini © AGF Creative

GENTE IN CUCINA è una testata
Hearst Magazines Italia SpA

ALLEGATO REDAZIONALE A “GENTE” N. 29/2022
NON VENDIBILE SEPARATAMENTE

DIREZIONE, REDAZIONE, AMMINISTRAZIONE

DISTRIBUZIONE: Per l'Italia: m-Dis Distribuzione Media SpA
via Cazzaniga 19 - 20132 Milano - tel.02.2582.1,

Stampa: Arti Grafiche Boccia - via Tiberio Claudio Felice 7 - 84131 - Salerno
Printed in Italy

Federazione Italiana
Editori Giornali